

6.15.2013 大廚師 - 雞絲菠菜

食材：

雞腿 6 個

菠菜 500g

蔥 30g.

辣椒粉，鹽，雞精，醬油，料酒

橄欖油，食用油，老陳醋少許

花生或者芝麻少許

做法：

1. 將雞腿放入冷水中煮至全熟，從鍋中撈出雞腿，剔骨，將雞腿肉切成絲。
2. 將洗好的菠菜放入之前煮雞腿的熱水中過水即可撈出。
3. 鍋中放入少許食用油，辣椒粉，蔥，，加熱到油開始冒煙即可將菠菜，切好的雞腿肉拌在一起，加入食鹽，雞精，橄欖油，料酒，芝麻或者花生，然後將熱油淋到菜上，加入少許老陳醋即可實用。喜歡吃蒜的朋友可以加入少許蒜末